Об утверждении федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта «пилонный спорт»

В соответствии с частью 4 статьи 34 Федерального закона от 4 декабря 2007 г. № 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» (Собрание законодательства Российской Федерации, 2007, № 50, ст. 6242; 2011, № 50, ст. 7354; 2021, № 18, ст. 3071) и подпунктом 4.2.27 пункта 4 Положения о Министерстве спорта Российской Федерации, утвержденного постановлением Правительства Российской Федерации от 19 июня 2012 г. № 607 (Собрание законодательства Российской Федерации, 2012, № 26, ст. 3525), п р и к а з ы в а ю:

1. Утвердить прилагаемый федеральный стандарт спортивной подготовки по виду спорта «пилонный спорт».
2. Настоящий приказ вступает в силу с 1 января 2023 года.
3. Контроль за исполнением настоящего приказа возложить на заместителя Министра спорта Российской Федерации А.А. Морозова.

Министр О.В. Матыцин

УТВЕРЖДЕН
приказом Минспорта России
от «___» _____ 2022 г. № ____

Федеральный стандарт спортивной подготовки
по виду спорта «пилонный спорт»

I. Требования к структуре и содержанию примерных дополнительных образовательных программ спортивной подготовки, в том числе к их теоретическим и практическим разделам применительно к каждому этапу спортивной подготовки, включая сроки реализации таких этапов и возрастные границы лиц, проходящих спортивную подготовку, по отдельным этапам

1. Примерная дополнительная образовательная программа спортивной подготовки должна иметь следующую структуру и содержание:

1.1. Общие положения, включающие:

1.1.1. Название дополнительной образовательной программы спортивной подготовки с указанием вида спорта (спортивной дисциплины);

1.1.2. Цели дополнительной образовательной программы спортивной подготовки.

1.2. Характеристику дополнительной образовательной программы спортивной подготовки, включающую:

1.2.1. Сроки реализации этапов спортивной подготовки и возрастные границы лиц, проходящих спортивную подготовку, количество лиц, проходящих спортивную подготовку в группах на этапах спортивной подготовки (приложение № 1 к федеральному стандарту спортивной подготовки по виду спорта «пилонный спорт» (далее – ФССП).

1.2.2. Объем дополнительной образовательной программы спортивной подготовки (приложение № 2 к ФССП).

1.2.3. Виды (формы) обучения, применяющиеся при реализации дополнительной образовательной программы спортивной подготовки, включающие:

учебно-тренировочные занятия;

учебно-тренировочные мероприятия (приложение № 3 к ФССП);

спортивные соревнования, согласно объему соревновательной деятельности (приложение № 4 к ФССП);

иные виды (формы) обучения.

1.2.4. Годовой учебно-тренировочный план, с учетом соотношения видов спортивной подготовки и иных мероприятий в структуре учебно-тренировочного процесса на этапах спортивной подготовки (приложение № 5 к ФССП).

1.2.5. Календарный план воспитательной работы.

1.2.6. План мероприятий, направленных на предотвращение допинга в спорте и борьбу с ним.

1.2.7. Планы инструкторской и судейской практики.

1.2.8. Планы медицинских, медико-биологических мероприятий и применения восстановительных средств.

1.3. Систему контроля, содержащую:

1.3.1. Требования к результатам прохождения дополнительной образовательной программы спортивной подготовки, в том числе к участию в спортивных соревнованиях.

1.3.2. Оценку результатов освоения дополнительной образовательной программы спортивной подготовки.

1.3.3. Контрольные и контрольно-переводные нормативы (испытания) по видам спортивной подготовки и уровень спортивной квалификации лиц, проходящих спортивную подготовку, по годам и этапам спортивной подготовки.

1.4. Рабочую программу по виду спорта (спортивной дисциплине), состоящую из программного материала для учебно-тренировочных занятий по каждому этапу спортивной подготовки и учебно-тематического плана.

1.5. Условия реализации дополнительной образовательной программы спортивной подготовки, включающие материально-технические, кадровые и информационно-методические условия.

II. Нормативы физической подготовки и иные спортивные нормативы с учетом возраста, пола лиц, проходящих спортивную подготовку, особенностей вида спорта «пилонный спорт» (спортивных дисциплин), уровень спортивной квалификации таких лиц (спортивные разряды и спортивные звания)

2. Нормативы физической подготовки и иные спортивные нормативы лиц, проходящих спортивную подготовку (далее – обучающиеся), на этапах спортивной подготовки, уровень спортивной квалификации таких лиц (спортивные разряды и спортивные звания) учитывают их возраст, пол, а также особенности вида спорта «пилонный спорт» и включают:

2.1. Нормативы общей физической и специальной физической подготовки для зачисления и перевода на этап начальной подготовки по виду спорта «пилонный спорт» (приложение № 6 к ФССП).

2.2. Нормативы общей физической и специальной физической подготовки и уровень спортивной квалификации (спортивные разряды) для зачисления и перевода на учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации) по виду спорта «пилонный спорт» (приложение № 7 к ФССП).

2.3. Нормативы общей физической и специальной физической подготовки и уровень спортивной квалификации (спортивные разряды) для зачисления и перевода на этап совершенствования спортивного мастерства по виду спорта «пилонный спорт» (приложение № 8 к ФССП).

2.4. Нормативы общей физической и специальной физической подготовки и уровень спортивной квалификации (спортивные звания) для зачисления и

перевода на этап высшего спортивного мастерства по виду спорта «пилонный спорт» (приложение № 9 к ФССП).

III. Требования к участию лиц, проходящих спортивную подготовку, и лиц, ее осуществляющих, в спортивных соревнованиях, предусмотренных в соответствии с реализуемой дополнительной образовательной программой спортивной подготовки по виду спорта «пилонный спорт»

3. Требования к участию в спортивных соревнованиях обучающихся:

соответствие возраста, пола и уровня спортивной квалификации обучающихся положениям (регламентам) об официальных спортивных соревнованиях согласно Единой всероссийской спортивной классификации и правилам вида спорта «пилонный спорт»;

наличие медицинского заключения о допуске к участию в спортивных соревнованиях;

соблюдение общероссийских антидопинговых правил и антидопинговых правил, утвержденных международными антидопинговыми организациями.

4. Организация, реализующая дополнительные образовательные программы спортивной подготовки, направляет обучающегося и лиц, осуществляющих спортивную подготовку, на спортивные соревнования на основании утвержденного плана физкультурных и спортивных мероприятий, формируемого, в том числе в соответствии с Единым календарным планом межрегиональных, всероссийских и международных физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий, и соответствующих положений (регламентов) об официальных спортивных соревнованиях.

IV. Требования к результатам прохождения спортивной подготовки применительно к этапам спортивной подготовки

5. Результаты прохождения спортивной подготовки применительно к этапам спортивной подготовки должны соответствовать целям, поставленным дополнительной образовательной программой спортивной подготовки.

6. Требования к результатам прохождения спортивной подготовки, в том числе по отдельным этапам спортивной подготовки, конкретизируются в примерной дополнительной образовательной программе спортивной подготовки, и направлены:

6.1. На этапе начальной подготовки на:

формирование устойчивого интереса к занятиям физической культурой и спортом;

получение общих теоретических знаний о физической культуре и спорте, в том числе о виде спорта «пилонный спорт»;

формирование двигательных умений и навыков, в том числе в виде спорта «пилонный спорт»;

повышение уровня физической подготовленности и всестороннее гармоничное развитие физических качеств;

обеспечение участия в официальных спортивных соревнованиях*;*

укрепление здоровья.

6.2. На учебно-тренировочном этапе (этапе спортивной специализации) на:

формирование устойчивого интереса к занятиям видом спорта «пилонный спорт»;

формирование разносторонней общей и специальной физической подготовленности, а также теоретической, технической, тактической и психологической подготовленности, соответствующей виду спорта «пилонный спорт»;

обеспечение участия в официальных спортивных соревнованиях и формирование навыков соревновательной деятельности;

укрепление здоровья.

6.3. На этапе совершенствования спортивного мастерства на:

повышение уровня общей и специальной физической, теоретической, технической, тактической и психологической подготовленности;

обеспечение участия в официальных спортивных соревнованиях и совершенствование навыков в условиях соревновательной деятельности;

сохранение здоровья.

6.4. На этапе высшего спортивного мастерства на:

повышение уровня общей и специальной физической, теоретической, технической, тактической и психологической подготовленности, соответствующей виду спорта «пилонный спорт»;

обеспечение участия в официальных спортивных соревнованиях и достижение обучающимися высоких и стабильных спортивных результатов в условиях соревновательной деятельности;

сохранение здоровья.

V. Особенности осуществления спортивной подготовки по отдельным спортивным дисциплинам вида спорта «пилонный спорт»

7. Особенности осуществления спортивной подготовки по отдельным спортивным дисциплинам вида спорта «пилонный спорт», содержащим в своем наименовании слова и словосочетания «пилон», основаны на особенностях вида спорта «пилонный спорт» и его спортивных дисциплин. Реализация дополнительных образовательных программ спортивной подготовки проводится с учетом этапа спортивной подготовки и спортивных дисциплин вида спорта «пилонный спорт», по которым осуществляется спортивная подготовка.

8. Особенности осуществления спортивной подготовки по спортивным дисциплинам вида спорта «пилонный спорт» учитываются организациями, реализующими дополнительные образовательные программы спортивной подготовки, при формировании дополнительных образовательных программ спортивной подготовки, в том числе годового учебно-тренировочного плана.

9. Для зачисления на этап спортивной подготовки лицо, желающее пройти спортивную подготовку, должно достичь установленного возраста в календарный

год зачисления на соответствующий этап спортивной подготовки.

10. Возраст обучающихся на этапах совершенствования спортивного мастерства и высшего спортивного мастерства не ограничивается при условии вхождения их в список кандидатов в спортивную сборную команду субъекта Российской Федерации по виду спорта «пилонный спорт» и участия в официальных спортивных соревнованиях по виду спорта «пилонный спорт» не ниже уровня всероссийских спортивных соревнований.

11. В зависимости от условий и организации учебно-тренировочных занятий, а также условий проведения спортивных соревнований подготовка обучающихся осуществляется на основе обязательного соблюдения требований безопасности, учитывающих особенности осуществления спортивной подготовки по спортивным дисциплинам вида спорта «пилонный спорт».

VI. Требования к кадровым и материально-техническим условиям реализации этапов спортивной подготовки и иным условиям

12. Организации, реализующие дополнительные образовательные программы спортивной подготовки, должны обеспечить соблюдение требований к кадровым и материально-техническим условиям реализации этапов спортивной подготовки и иным условиям, установленным ФССП.

13. Требования к кадровому составу организаций, реализующих дополнительные образовательные программы спортивной подготовки:

13.1. Уровень квалификации лиц, осуществляющих спортивную подготовку, должен соответствовать требованиям, установленным профессиональным стандартом «Тренер-преподаватель», утвержденным приказом Минтруда России от 24.12.2020 № 952н (зарегистрирован Минюстом России 25.01.2021, регистрационный № 62203), профессиональным стандартом «Тренер», утвержденным приказом Минтруда России от 28.03.2019 № 191н (зарегистрирован Минюстом России 25.04.2019, регистрационный № 54519), профессиональным стандартом «Специалист по инструкторской и методической работе в области физической культуры и спорта», утвержденным приказом Минтруда России от 21.04.2022 № 237н (зарегистрирован Минюстом России 27.05.2022, регистрационный № 68615), или Единым квалификационным справочником должностей руководителей, специалистов и служащих, раздел «Квалификационные характеристики должностей работников в области физической культуры и спорта», утвержденным приказом Минздравсоцразвития России от 15.08.2011 № 916н (зарегистрирован Минюстом России 14.10.2011, регистрационный № 22054).

13.2. Для проведения учебно-тренировочных занятий и участия в официальных спортивных соревнованиях, учебно-тренировочном этапе (этапе спортивной специализации), этапах совершенствования спортивного мастерства и высшего спортивного мастерства, кроме основного тренера-преподавателя, допускается привлечение тренера-преподавателя по видам спортивной подготовки, с учетом специфики вида спорта «пилонный спорт», а также на всех этапах спортивной подготовки привлечение иных специалистов (при условии их

одновременной работы с обучающимися).

14. Требования к материально-техническим условиям реализации этапов спортивной подготовки предусматривают (в том числе на основании договоров, заключенных в соответствии с гражданским законодательством Российской Федерации, существенным условием которых является право пользования соответствующей материально-технической базой и (или) объектом инфраструктуры):

наличие тренировочного спортивного зала;

наличие тренажерного зала;

наличие раздевалок, душевых;

наличие медицинского пункта, оборудованного в соответствии с приказом Минздрава России от 23.10.2020 № 1144н «Об утверждении порядка организации оказания медицинской помощи лицам, занимающимся физической культурой и спортом (в том числе при подготовке и проведении физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий), включая порядок медицинского осмотра лиц, желающих пройти спортивную подготовку, заниматься физической культурой и спортом в организациях и (или) выполнить нормативы испытаний (тестов) Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО)» и форм медицинских заключений о допуске к участию физкультурных и спортивных мероприятиях» (зарегистрирован Минюстом России 03.12.2020, регистрационный № 61238)[1];

обеспечение оборудованием и спортивным инвентарем, необходимыми для прохождения спортивной подготовки (приложение № 10 к ФССП);

обеспечение спортивной экипировкой (приложение № 11 к ФССП);

обеспечение обучающихся проездом к месту проведения спортивных мероприятий и обратно;

обеспечение обучающихся питанием и проживанием в период проведения спортивных мероприятий;

медицинское обеспечение обучающихся, в том числе организацию систематического медицинского контроля.

15. К иным условиям реализации дополнительной образовательной программы спортивной подготовки относятся трудоемкость дополнительной образовательной программы спортивной подготовки (объемы времени на ее реализацию) с обеспечением непрерывности учебно-тренировочного процесса, а также порядок и сроки формирования учебно-тренировочных групп.

15.1. Дополнительная образовательная программа спортивной подготовки рассчитывается на 52 недели в год.

Учебно-тренировочный процесс в организации, реализующей дополнительную образовательную программу спортивной подготовки, должен вестись в соответствии с годовым учебно-тренировочным планом (включая период самостоятельной подготовки по индивидуальным планам спортивной подготовки для обеспечения непрерывности учебно-тренировочного процесса).

---

[1] с изменениями, внесенными приказом Минздрава России от 22.02.2022 № 106н (зарегистрирован Минюстом России 28.02.2022, регистрационный № 67554).

При включении в учебно-тренировочный процесс самостоятельной подготовки, ее продолжительность составляет не менее 10% и не более 20% от общего количества часов, предусмотренных годовым учебно-тренировочным планом организации, реализующей дополнительную образовательную программу спортивной подготовки.

15.2. Продолжительность одного учебно-тренировочного занятия при реализации дополнительной образовательной программы спортивной подготовки устанавливается в часах и не должна превышать:

на этапе начальной подготовки – двух часов;

на учебно-тренировочном этапе (этапе спортивной специализации) – трех часов;

на этапе совершенствования спортивного мастерства – четырех часов;

на этапе высшего спортивного мастерства – четырех часов.

При проведении более одного учебно-тренировочного занятия в один день суммарная продолжительность занятий не должна составлять более восьми часов.

В часовой объем учебно-тренировочного занятия входят теоретические, практические, восстановительные, медико-биологические мероприятия, инструкторская и судейская практика.

15.3. Работа по индивидуальным планам спортивной подготовки может осуществляться на этапах совершенствования спортивного мастерства и высшего спортивного мастерства, а также на всех этапах спортивной подготовки в период проведения учебно-тренировочных мероприятий и участия в спортивных соревнованиях.

Приложение № 1
к федеральному стандарту спортивной подготовки по виду спорта «пилонный спорт», утвержденному приказом Минспорта России
от «___» _____2022 г. № ____

Сроки реализации этапов спортивной подготовки и возрастные границы лиц, проходящих спортивную подготовку, по отдельным этапам, количество лиц, проходящих спортивную подготовку в группах на этапах спортивной подготовки

Этапы спортивной подготовки	Срок реализации этапов спортивной подготовки (лет)	Возрастные границы лиц, проходящих спортивную подготовку (лет)	Наполняемость (человек)
Этап начальной подготовки	2	6	6
Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)	3	8	5
Этап совершенствования спортивного мастерства	не ограничивается	11	4
Этап высшего спортивного мастерства	не ограничивается	14	4

Приложение № 2
к федеральному стандарту спортивной подготовки по виду спорта «пилонный спорт», утвержденному приказом Минспорта России
от «___» _____2022 г. № ____

Объем дополнительной образовательной программы спортивной подготовки

Этапный норматив	Этапы и годы спортивной подготовки					
	Этап начальной подготовки		Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)		Этап совершенствования спортивного мастерства	Этап высшего спортивного мастерства
	До года	Свыше года	До трех лет	Свыше трех лет		
Количество часов в неделю	4,5-6	6-8	8-14	12-18	16-24	20-32
Общее количество часов в год	234-312	312-416	416-728	624-936	832-1248	1040-1664

Приложение № 3
к федеральному стандарту спортивной подготовки по виду спорта «пилонный спорт», утвержденному приказом Минспорта России
от «___» _____2022 г. № ____

Учебно-тренировочные мероприятия

№ п/п	Виды учебно-тренировочных мероприятий	Предельная продолжительность учебно-тренировочных мероприятий по этапам спортивной подготовки (количество суток) (без учета времени следования к месту проведения учебно-тренировочных мероприятий и обратно)			
		Этап начальной подготовки	Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)	Этап совершенствования спортивного мастерства	Этап высшего спортивного мастерства
1. Учебно-тренировочные мероприятия по подготовке к спортивным соревнованиям					
1.1.	Учебно-тренировочные мероприятия по подготовке к международным спортивным соревнованиям	-	-	21	21
1.2.	Учебно-тренировочные мероприятия по подготовке к чемпионатам России, кубкам России, первенствам России	-	14	18	21
1.3.	Учебно-тренировочные мероприятия по подготовке к другим всероссийским спортивным соревнованиям	-	14	18	18
1.4.	Учебно-тренировочные мероприятия по подготовке к официальным спортивным соревнованиям субъекта Российской	-	14	14	14

	Федерации				
2. Специальные учебно-тренировочные мероприятия					
2.1.	Учебно-тренировочные мероприятия по общей и (или) специальной физической подготовке	-	14	18	18
2.2.	Восстановительные мероприятия	-	-	До 10 суток	
2.3.	Мероприятия для комплексного медицинского обследования	-	-	До 3 суток, но не более 2 раз в год	
2.4.	Учебно-тренировочные мероприятия в каникулярный период	До 21 суток подряд и не более двух учебно-тренировочных мероприятий в год		-	-
2.5.	Просмотровые учебно-тренировочные мероприятия	-	До 60 суток		

Приложение № 4
к федеральному стандарту спортивной подготовки по виду спорта «пилонный спорт», утвержденному приказом Минспорта России
от «___» _____2022 г. № ____

Объем соревновательной деятельности

Виды спортивных соревнований	Этапы и годы спортивной подготовки					
	Этап начальной подготовки		Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)		Этап совершенствования спортивного мастерства	Этап высшего спортивного мастерства
	До года	Свыше года	До трех лет	Свыше трех лет		
Контрольные	1	2	2	3	4	4
Отборочные	1	2	2	2	2	2
Основные	1	2	3	3	4	5

Приложение № 5
к федеральному стандарту спортивной подготовки по виду спорта «пилонный спорт», утвержденному приказом Минспорта России
от «___» _____2022 г. № ____

Соотношение видов спортивной подготовки и иных мероприятий в структуре учебно-тренировочного процесса на этапах спортивной подготовки

№ п/п	Виды спортивной подготовки и иные мероприятия	Этапы и годы спортивной подготовки					
		Этап начальной подготовки		Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)		Этап совершенствования спортивного мастерства	Этап высшего спортивного мастерства
		До года	Свыше года	До трех лет	Свыше трех лет		
1.	Общая физическая подготовка (%)	65-67	17-24	13-15	10-14	5-7	3-6
2.	Специальная физическая подготовка (%)		28-31	27-35	27-35	23-27	18-22
3.	Участие в спортивных соревнованиях (%)	3-5	5-7	7-10	7-10	9-12	12-15
4.	Техническая подготовка (%)	24-27	41-58	42-47	44-50	46-50	47-54
5.	Тактическая, теоретическая, психологическая подготовка (%)	5-7	6-8	7-10	7-10	8-12	6-10
6.	Инструкторская и судейская практика (%)	-	-	-	-	3-7	8-12
7.	Медицинские, медико-биологические, восстановительные мероприятия, тестирование и контроль (%)	3-6	3-6	4-7	5-8	6-10	6-12

Приложение № 6
к федеральному стандарту спортивной подготовки по виду спорта «пилонный спорт», утвержденному приказом Минспорта России
от «___» _____2022 г. № ____

Нормативы общей физической и специальной физической подготовки для зачисления и перевода на этап начальной подготовки по виду спорта «пилонный спорт»

№ п/п	Упражнения	Единица измерения	Норматив до года обучения		Норматив свыше года обучения	
			мальчики	девочки	мальчики	девочки
1. Нормативы общей физической подготовки						
1.1.	Челночный бег 3х10 м	с	не более		не более	
			10,6	10,3	10	10,4
1.2.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее		не менее	
			7	4	10	6
1.3.	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи)	см	не менее		не менее	
			+1	+3	+3	+5
1.4.	Одновременное поднимание рук и ног из положения лежа в положение вертикальная складка	количество раз	не менее		не менее	
			8	6	10	8
2. Нормативы специальной физической подготовки						
2.1.	Прыжки наверх с двумя вытянутыми ногами с удержанием пилона руками	количество раз	не менее		не менее	
			16	12	20	16
2.2.	Подтягивание согнутых ног к груди из положения стоя у пилона (на обе стороны)	количество раз	не менее		не менее	
			6	4	8	6
2.3.	Подтягивание на пилоне на руках из положения стоя (подбородок не ниже уровня ладоней; на обе стороны)	количество раз	не менее		не менее	
			6	4	8	6
2.4.	Базовый подъем на руках с участием ног на полную высоту пилона (не ниже 4 м)	количество раз	не менее		не менее	
			3	2	4	3
2.5.	Удержание стойки у пилона на двух руках	с	не менее		не менее	
			40	30	50	40
2.6.	Наклон вперед в положение рогатка сидя на полу (расстояние от головы до пола)	см	не более		не более	
			12	10	10	8
2.7.	Шпагат на правую и левую	см	не более		не более	

	стороны (расстояние до пола)		12	10	10	8
2.8.	Поднимание в мостик с пола (голова не касается пола)	количество раз	не менее		не менее	
			3	2	4	3

Приложение № 7
к федеральному стандарту спортивной подготовки по виду спорта «пилонный спорт», утвержденному приказом Минспорта России
от «___» _____2022 г. № ____

Нормативы общей физической и специальной физической подготовки и уровень спортивной квалификации (спортивные разряды) для зачисления и перевода на учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации) по виду спорта «пилонный спорт»

№ п/п	Упражнения	Единица измерения	Норматив	
			юноши/ мужчины	девушки/ женщины
Нормативы общей физической подготовки				
1.1.	Челночный бег 3 х 10 м	с	не более	
			10	10,4
1.2.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее	
			17	11
1.3.	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи)	см	не менее	
			+7	+9
1.4.	Одновременное поднимание рук и ног из положения лежа в положение вертикальная складка	количество раз	не менее	
			12	10
2. Нормативы специальной физической подготовки				
2.1.	Прыжки наверх с двумя вытянутыми ногами с удержанием пилона руками	количество раз	не менее	
			24	20
2.2.	Прыжки наверх в группировку с касанием ног руками	количество раз	не менее	
			10	7
2.3.	Поднятие ног в рогатку из положения стоя у пилона (ноги выше головы; на обе стороны)	количество раз	не менее	
			6	4
2.4.	Подтягивание на пилоне на руках из положения стоя (подбородок не ниже уровня ладоней; на обе стороны)	количество раз	не менее	
			8	6
2.5.	Базовый подъем на руках с участием ног на полную высоту пилона (не ниже 4 м)	количество раз	не менее	
			5	4
2.6.	Удержание стойки у пилона на двух руках	с	не менее	
			60	50
2.7.	Наклон вперед в положение рогатка сидя на полу (расстояние от головы до пола)	см	не более	
			8	6
2.8.	Боковой наклон к правой и левой	количество раз	не менее	

	ноге в положение рогатка, сидя на полу с касанием рукой противоположной ноги.		6	8
2.9.	Шпагат на правую и левую стороны (расстояние от головы до пола)	см	не более	
			7	5
2.10.	Поперечный шпагат (расстояние от головы до пола)	см	не более	
			15	12
2.11.	Поднимание в мостик с пола с прямыми руками	количество раз	не менее	
			5	4
4. Уровень спортивной квалификации				
4.1.	Период обучения на этапе спортивной подготовки (до трех лет)		спортивные разряды – «третий юношеский спортивный разряд», «второй юношеский спортивный разряд», «первый юношеский спортивный разряд»	
4.2.	Период обучения на этапе спортивной подготовки (свыше трех лет)		спортивные разряды – «третий спортивный разряд», «второй спортивный разряд», «первый спортивный разряд»	

Приложение № 8
к федеральному стандарту спортивной подготовки по виду спорта «пилонный спорт», утвержденному приказом Минспорта России
от «___» _____2022 г. № ____

Нормативы общей физической и специальной физической подготовки и уровень спортивной квалификации (спортивные разряды) для перевода и зачисления на этап совершенствования спортивного мастерства по виду спорта «пилонный спорт»

№ п/п	Упражнения	Единица измерения	Норматив	
			юноши/ мужчины	девушки/ женщины
Нормативы общей физической подготовки				
1.1.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее	
			20	15
1.2.	Удержание наклона вперед из положения стоя (ладони на полу)	с	не менее	
			6	10
1.3.	Одновременное поднимание рук и ног из положения лежа в положение вертикальная складка	количество раз	не менее	
			14	12
2. Нормативы специальной физической подготовки				
2.1	Прыжки на пилон с приземлением на пол и перескоком в положение в упор на руках (в упоре на руках спина параллельна полу) за 40 секунд	количество раз	не менее	
			12	10
2.2.	Прыжки наверх с двумя вытянутыми ногами за 20 секунд	количество раз	не менее	
			36	30
2.3.	Удержание планки на полу на двух прямых руках (спина параллельна полу)	с	не менее	
			120	90
2.4.	Прыжки на скакалке без остановки	мин	не менее	
			7	5
2.5.	Базовый подъем на руках с участием ног на полную высоту пилона (не ниже 4 м)	количество раз	не менее	
			6	5
2.6.	Удержание стойки у пилона на двух руках	с	не менее	
			70	60
2.7.	Из положения лежа на полу, удерживаясь руками за пилон, поднять ноги наверх в переднюю складку (ноги вытянуты)	количество раз	не менее	
			30	20
2.8.	Поднятие ног в рогатку из	количество раз	не менее	

	положения стоя с упором плеча в пилон (ноги выше головы; на обе стороны)		6	4
2.9.	Подтягивание на пилоне на руках из положения стоя (подбородок выше уровня ладоней; на обе стороны)	количество раз	не менее	
			10	8
2.10.	Удержание шпагата на правую и левую стороны (касание пола обеими ногами)	с	не более	
			15	30
2.11.	Удержание поперечного шпагата на полу (расстояние до пола не более 10 см)	с	не более	
			15	30
2.12	Поднимание в мостик с пола с прямыми руками (расстояние между руками и ногами не более 50 см)	количество раз	не менее	
			6	5
3. Уровень спортивной квалификации				
3.1.	Спортивный разряд «кандидат в мастера спорта»			

Приложение № 9
к федеральному стандарту спортивной подготовки по виду спорта «пилонный спорт», утвержденному приказом Минспорта России
от «___» _____2022 г. № ____

Нормативы общей физической и специальной физической подготовки и уровень спортивной квалификации (спортивные звания) для перевода и зачисления на этап высшего спортивного мастерства по виду спорта «пилонный спорт»

№ п/п	Упражнения	Единица измерения	Норматив	
			юноши/ мужчины	девушки/ женщины
Нормативы общей физической подготовки				
1.1.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее	
			30	20
1.2.	Удержание наклона вперед из положения стоя (ладони на полу)	с	не менее	
			15	30
1.3.	Прыжки наверх с приземлением на пол, перескок в упор лежа с отжиманием от пола. В упоре на руках спина параллельна полу (за 60 секунд)	количество раз	не менее	
			15	12
1.4.	Одновременное поднимание рук и ног из положения лежа в положение вертикальная складка	количество раз	не менее	
			30	20
2. Нормативы специальной физической подготовки				
2.1	Прыжки на скакалке без остановки	мин	не менее	
			10	8
2.2.	Из положения лежа на полу, удерживаясь руками за пилон, поднять ноги наверх в переднюю складку (ноги вытянуты)	количество раз	не менее	
			40	30
2.3.	Поднятие ног в рогатку из положения стоя с упором плеча в пилон (ноги выше головы; на обе стороны)	количество раз	не менее	
			10	8
2.4.	Подтягивание на пилоне на руках с воздуха (подбородок выше уровня ладоней; на обе стороны)	количество раз	не менее	
			8	6
2.5.	Удержание шпагата на правую и левую стороны с возвышения высотой от 10 см под передней стопой (касание пола обеими ногами)	с	не более	
			15	30

2.6.	Поднимание в мостик с пола с прямыми руками (расстояние между руками и ногами не более 30 см)	количество раз	не менее	
			7	6
3. Уровень спортивной квалификации				
3.1.	Спортивное звание «мастер спорта России»			

Приложение № 10
к федеральному стандарту спортивной подготовки по виду спорта «пилонный спорт», утвержденному приказом Минспорта России
от «___» _____2022 г. № ____

Обеспечение оборудованием и спортивным инвентарем, необходимыми для прохождения спортивной подготовки

Таблица № 1

№ п/п	Наименование оборудования и спортивного инвентаря	Единица измерения	Количество
1.	Съемный двухрежимный пилон (вертикально стоящий аппарат пилон диаметром от 42 до 45 мм из нержавеющей стали/ титана/ меди/ хрома/ цинка с зеркальной полировкой, с переключением на динамический и статический режимы)	штук	6
2.	Зеркала (12х2 м)	штук	1
3.	Коврик мягкий гимнастический	штук	6
4.	Мат страховочный под пилон (складной, круглый или квадратный)	штук	6
5.	Музыкальный центр	штук	1
6.	Полотенца для обработки пилона (35х70 см)	штук	12
7.	Чистящее средство для обработки пилона (спирт)	л	5
8.	Скакалка гимнастическая	штук	6
9.	Пылесос бытовой	штук	1
10.	Рулетка гимнастическая (20 м)	штук	1
11.	Секундомер	штук	1
12.	Скамейка гимнастическая	штук	2

Таблица № 2

Спортивный инвентарь, передаваемая в индивидуальное пользование											
№ п/п	Наименование	Единица измерения	Расчетная единица	Этапы спортивной подготовки							
				Этап начальной подготовки		Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)		Этап совершенствования спортивного мастерства		Этап высшего спортивного мастерства	
				количество	срок эксплуатации (лет)	количество	срок эксплуатации (лет)	количество	срок эксплуатации (лет)	количество	срок эксплуатации (лет)
1.	Коврик мягкий гимнастический	штук	на обучающегося	-	-	1	2	1	2	1	2
2.	Спортивный массажный валик	штук	на обучающегося	-	-	1	2	1	2	1	2
3.	Резинка для подтягивания (кольцевая, длина сложенной вдвое около 1 м с сопротивлением 12-36 кг)	штук	на обучающегося	-	-	1	2	1	2	1	2
4.	Средства сцепления с пилоном Gekon Grip или аналоги	штук	на обучающегося	-	-	2	1	2	1	2	1
5.	Чистящее средство для обработки	штук	на обучающегося	-	-	1	1	1	1	1	1

	пилона (спирт, объем 5 л)										
6.	Полотенце для обработки пилона (35х70 см)	штук	на обучающегося	-	-	1	2	1	2	1	2

Приложение № 11
к федеральному стандарту спортивной подготовки по виду спорта «пилонный спорт», утвержденному приказом Минспорта России
от «___» _____2022 г. № ____

Обеспечение спортивной экипировкой

Таблица № 1

Спортивная экипировка, передаваемая в индивидуальное пользование											
№ п/п	Наименование	Единица измерения	Расчетная единица	Этапы спортивной подготовки							
				Этап начальной подготовки		Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)		Этап совершенствования спортивного мастерства		Этап высшего спортивного мастерства	
				количество	срок эксплуатации (лет)	количество	срок эксплуатации (лет)	количество	срок эксплуатации (лет)	количество	срок эксплуатации (лет)
1.	Костюм спортивный тренировочный командный (штаны и куртка)	штук	на обучающегося	-	-	1	2	1	2	1	2
2.	Кроссовки	пар	на обучающегося	-	-	1	2	1	2	1	2

	легкоатлетические										
3.	Костюм для выступления на командных спортивных соревнованиях (топ и шорты или купальник с вырезами на боках)	штук	на обучающегося	-	-	-	-	1	1	1	1
4.	Костюм спортивный парадный (национальный стандарт)	штук	на обучающегося	-	-	-	-	1	2	1	2
5.	Плоские противоударные наколенники со сцепляющей поверхностью на оборотной стороне	пар	на обучающегося	-	-	1	2	1	2	1	2
6.	Носки (национальный стандарт)	пар	на обучающегося	-	-	2	1	4	1	4	1
7.	Спортивная тренировочная форма (укороченный топ и шорты, национальный стандарт)	комплект	на обучающегося	-	-	2	1	2	1	2	1
8.	Футболка с коротким рукавом (национальный стандарт)	штук	на обучающегося	-	-	2	1	2	1	2	1

9.	Сумка спортивная командная	штук	на обучающегося	-	-	-	-	1	2	1	2